

- Medicamentos y lactancia • Persona electrodependiente •
- Micosis en los pies • Planta medicinal: Cúrcuma •
- Por una Argentina sin Chagas • Primeros auxilios •
- La página del pediatra • Comidas y dulzuras • Humor •



POR NUESTRA SALUD



Más información
con código QR



COLEGIO DE FARMACÉUTICOS
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE
1ª Circunscripción

Año XXXI - N° 364 - Agosto 2023

GEONAT FLEX

El más completo
y al mejor precio

\$ 7730

Huesos y articulaciones, para una vida activa!

- ✓ Ayuda a reducir el dolor articular y mejorar su función.
- ✓ Colabora en la regeneración del cartílago.
- ✓ Ayuda a reducir el riesgo de lesiones.
- ✓ Ayuda a proteger tendones y ligamentos.
- ✓ Ayuda a mejorar la calidad de piel, cabello y uñas.



EFFECTIVIDAD
GARANTIZADA
CON AVAL CIENTÍFICO

10 gr	Colágeno 100% hidrolizado
400 mg	Magnesio
300 mg	Calcio
50 mg	Acido Hialurónico
45 mg	Vitamina C
15 mcg	Vitamina D3



www.provefarma.com.ar

Servicio al Consumidor 0810 444 5145 - Tel. 0342 4995292
3425240910 - info@provefarma.com.ar

El consumo de suplementos dietarios no reemplaza una dieta variada y equilibrada. Consulte a su médico y/o nutricionista

Propietario Colegio de
Farmacéuticos de la
Provincia de Santa Fe
1° Circunscripción.
Crespo 2837 - (3000) Santa Fe

Dirección:
Farm. Mirian MONASTEROLO

Producción y Redacción:
Farm. Ana M. GONZÁLEZ
Farm. María Rosa PAGANI

Colaboración:
Adriana GITRÓN

Diseño: **RIO de la PLATA**
SOLUCIONES CREATIVAS
342 6 109910

Impresión:
Imprenta LUX S.A.
Hipólito Yrigoyen 2463
(3000) Santa Fe

Fuente:
La información general
proporcionada en los artículos
que se mencionan en el temario,
es extraída del Sistema de
Información de
Medicamentos (SIM) del
Colegio de Farmacéuticos
de la Prov. de Santa Fe, 1° C.
Página web:
www.colfarsfe.org.ar
 Colegio de Farmacéuticos
de Santa Fe, 1ra Circunscripción

Registro de la Propiedad
Intelectual 66554640



4

Consejos del farmacéutico Medicamentos y lactancia



6

Micosis en las uñas y en la piel de los pies



11

Efemérides Por una Argentina sin Chagas



14

La página del pediatra Había una vez...



5

QR + info Persona electrodependiente



9

Planta medicinal Cúrcuma



12

Mitos o falsas creencias Primeros auxilios



18

Comidas y dulzuras Galletitas de Avena y Banana

- Medicamentos y lactancia • Persona electrodependiente •
- Micosis en las uñas • Planta medicinal Cúrcuma •
- Por una Argentina sin Chagas • Primeros auxilios •
- La página del pediatra • Comida y dulzor • Humor •



Más información
con código QR


Colegio de Farmacéuticos de la
Provincia de Santa Fe
1° Circunscripción
Año XXXI - Nº 364 - Agosto de 2023

Es una publicación del Colegio de Farmacéuticos de la Provincia
de Santa Fe, 1° Circunscripción, producida por su Dpto. de
Actualización Profesional (DAP) para ser distribuida en farmacias.

9 de Julio 2967 - (3000) Santa Fe - Tel.: (0342) 410-1054

TIRADA: 25.000 EJEMPLARES

GESTIÓN PUBLICITARIA: 9 de Julio 2967 - Tel.: (0342) 410-1054
Correo electrónico: dap@colfarsfe.org.ar

Publicación auspiciada por la Subdirección de Medicamentos y Tecnologías
Farmacéuticas, y la Dirección de Promoción y Prevención de la Salud
del Ministerio de Salud de la Provincia de Santa Fe.

El mensaje y contenido de los anuncios publicitarios no son responsabilidad del Colegio de
Farmacéuticos de la Provincia de Santa Fe, 1° Circunscripción, a menos que así se especifique.

Consejos del farmacéutico

Medicamentos y lactancia



La lactancia materna es la forma óptima de alimentar al bebé, ya que le ofrece los nutrientes que necesita en el equilibrio adecuado, así como protección contra las enfermedades. Muy pocas situaciones justifican contraindicarla.

Algunas preguntas frecuentes, en la oficina de farmacia, respecto de lactancia materna y medicamentos:

+ ¿Puedo tomar medicamentos si estoy amamantando?

Un dato importante que hay que conocer, antes que nada, es si el medicamento pasa a la leche materna. Si la respuesta es negativa, no es motivo de preocupación y no se debe suspender. Además, algunos fármacos pueden pasar a la leche en cantidades tan pequeñas que no suponen un riesgo.

Existen ciertos medicamentos como antineoplásicos, inmunosupresores, antidepresivos, cardiovasculares, que no son recomendables durante la lactancia; en estos casos será el médico quien indicará los pasos a seguir.

+ Cuando el bebé es prematuro, recién nacido o tiene algún problema de salud, ¿debo tener más precaución con los medicamentos y la lactancia?

Sí. En estos casos, la exposición a los medicamentos a través de la leche materna representa un mayor riesgo.

A partir de los 6 meses de edad, el riesgo para los bebés se reduce, ya que son más eficientes los mecanismos para eliminar los fármacos de su cuerpo. **A partir de un año**, la cantidad de leche generada es menor, por lo que también disminuye la exposición al medicamento y el riesgo.

+ ¿Necesito consultar con un profesional sanitario antes de tomar medicamentos si estoy amamantando?

Sí, al dar el pecho, siempre es conveniente consultar con el médico o el farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento.

Cuando la mamá toma medicamentos durante la lactancia y observa cambios en los hábitos alimenticios o del sueño del bebé, así como de su comportamiento, debe avisarle al pediatra.

El buen consejo farmacéutico contribuye a la salud y al bienestar de la población.

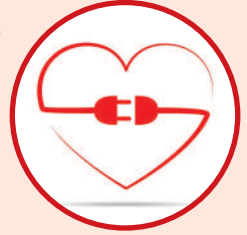
QR + Info

más información de actualidad

¿A qué se denomina persona

Electrodependiente?

Se denomina **Electrodependiente** por cuestiones de salud, a la persona que requiere de un suministro eléctrico constante y con tensión adecuada para poder alimentar el equipamiento médico prescrito por un médico matriculado y que resulte necesario para evitar riesgos en su vida o su salud.



Mediante la Ley N° 27.351 se estableció la gratuidad del servicio de suministro eléctrico para las personas Electrodependientes que estén inscriptas en el **Registro de personas Electrodependientes por Cuestiones de Salud (RECS)**.



Encontrá esta información y más,
escaneando el código QR.

Ministerio de Salud de la Nación



**PROBIÓTICOS
KYOJIN**
lo esencial es invisible a los ojos

**DISPONIBLE EN
DROGUERÍAS**



no altera
el sabor



en cualquier
momento del día



con cualquier
bebida fría
o caliente



no requiere
refrigeración



**AYUDA A FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO
Y EL EQUILIBRIO DE LA FLORA INTESTINAL**

www.kyojin.com.ar



MICOSIS

en las uñas y en la piel de los pies

La micosis en las uñas (onicomicosis) y la micosis dérmica en los pies son problemas muy frecuentes, se presentan en 8 de cada 10 personas.

Existen factores predisponentes:

- Ciertas enfermedades como la diabetes
- Calzados inadecuados
- Lesiones en la piel de los pies
- Lastimaduras en las uñas
- Deficiente higiene pédica
- Oclusión o escasa ventilación de los pies
- Humedad entre los dedos
- Uso compartido de calzados y elementos de higiene (toallas, alicate)
- Pintura de uñas en forma continua/permanente

Se recomienda

- Revisar habitualmente los pies a fin de detectar cambios en la coloración, engrosamiento, debilidad o fragilidad en las uñas y/o lesiones en la piel de los pies.
- Visitar periódicamente al podólogo.

Colaboración:

Lic. en Podología Erica Johanna Díaz



DISTRIBUIDORA MARGEN SAS



EMPRESA DISTRIBUIDORA DE ARTÍCULOS DE PERFUMERÍA CON MÁS DE 30 AÑOS DE EXPERIENCIA DEDICADOS AL RUBRO. **SOLICITÁ TU VENDEDOR !**

KEVINGSTON  ACQUA DI VERTIENTE
Disney  ANTONIO BANDERAS MIMO & CO
BOOS  FRAGANCIAS CANNON CH COCOT
 SHAKIRA L'OUVAL ...y muchas más!



342 - 4872207

ATENCIÓN AL CLIENTE ☎ 0800 - 444 - 6298



MARGENAZULSRL

ADMINISTRACIÓN ☎ 342 - 4882287



MARGENAZULSRL.COM.AR

DEPÓSITO ☎ 342 - 4841063



REGIS MARTINEZ 3360

HACEMOS ENVÍOS A TODO EL PAÍS! 

ULTIMA NOVEDAD

CEPILLOS DENTALES ARRAYANES



arrayanes®

LA LABORATORIOS
ARRAYANES SICA

NUEVO INGRESO

KEVIN ICE



★ DESTACADO DEL MES ★

PIPER POL



InnovaNaturals Omega 3

MÁXIMA PUREZA,
MÁXIMA CONCENTRACIÓN,
MÁXIMOS RESULTADOS



SALUD
COGNITIVA



SALUD
CARDIOVASCULAR



SALUD
MUSCULAR

800 EPA / 400 DHA

PROTEGE EL SISTEMA CARDIOVASCULAR.
AYUDA A NIVELAR EL COLESTEROL Y
REDUCIR LOS NIVELES DE TRIGLICÉRIDOS.

PRESENTACIÓN 30 Y 60 CAPSULAS



CERTIFICADO DE
MÁXIMA CALIDAD

★★★★★



DISTRIBUYE

DROGUERIA
UniFAR

SERVICIO INTEGRAL DE ENFERMERÍA Y ASISTENCIA AL ADULTO MAYOR

SANATORIO y DOMICILIO



- ♥ Equipo de Profesionales Matriculados
- ♥ Enfermeros/as
- ♥ Cuidadores/as
- ♥ Psicólogos
- ♥ Terapeuta Ocupacional
- ♥ Kinesiólogos
- ♥ Bioquímicos
- ♥ Nutricionista
- ♥ Podología para la tercera edad
- ♥ Unidad de traslado

CONTACTANOS

342 - 5058792

342 - 4870514

Planta Medicinal

CÚRCUMA

Curcuma longa L.

Popularmente también se la llama azafrán de la India, yuquilla, palillo, azafrán de raíz, oro indio.



CARACTERÍSTICAS

Es una planta perenne, herbácea, de la familia de las Zingiberaceas a la que pertenecen también el jengibre y el cardamomo. Proviene del sudeste asiático. Alcanza una altura de hasta 1,5 m. Sus rizomas son muy ramificados, de color amarillo a naranja, cilíndricos y aromáticos. Las hojas están dispuestas en dos filas; se dividen en vaina, pecíolo y lámina de la hoja; a partir de las vainas, se forma un tallo falso; tienen un ancho de 38 a 45 cm y son oblongas hasta el estrechamiento elíptico en el ápice.

La cúrcuma es un triploide estéril que raramente florece pero cuando lo hace, sus flores son de color amarillo opaco con tendencia al blanco, reunidas en brácteas de 3 a 5 flores. La inflorescencia es de color rosa, más intenso en la parte superior. No existe formación de semillas y, por lo tanto, la planta se reproduce vegetativamente por esquejes a partir del rizoma.

C. longa necesita temperaturas de entre 20 y 30 °C y una considerable pluviosidad para desarrollarse. En Argentina hay suelos y humedad aptos para su cultivo, principalmente en Misiones.

Popularmente se utiliza el rizoma.

COMPONENTES

El rizoma contiene: curcuminoides (curcumina, demetoxicurcumina y bisdemetoxicurcumina); aceite esencial (ar-turmerona, α -turmerona, β -turmerona, zingibereno, atlantona, bisaboleno, guayano, germacreno, limoneno, linalol, eugenol, curcumenol); polisacáridos; arabinogalactanos; sales potásicas.

PROPIEDADES

Popularmente se reconocen sus propiedades:

- digestiva,
- analgésica,
- antioxidante,
- antifúngica,
- hepatoprotectora,
- gastroprotectora,
- hipoglucemiante,
- antiespasmódica,
- antiinflamatoria,
- antibacteriana,
- hipolipemiante.

USOS DE LA CÚRCUMA

Popularmente, la infusión del rizoma se utiliza como hepatoprotectora; la cúrcuma aumenta el contenido de sustancias que actúan frente a los efectos dañinos de toxinas y radicales libres.

Es útil en casos de indigestión, ya que incrementa la secreción biliar; además, actúa como antiflatulento.

Se emplea como diurético, antiparasitario, en procesos catarrales y para bajar la fiebre.

En la medicina Ayurveda y china desde hace milenios se usa para reducir la inflamación y calmar dolores articulares. La propiedad antiinflamatoria, en parte, es debida a su capacidad de inhibir la síntesis de prostaglandinas inflamatorias. Se elabora una infusión con 20 g del rizoma por L de agua y se beben 200-300 ml diarios.

En Perú, el extracto crudo de *C. longa* se utiliza en medicina tradicional como coadyuvante en tratamientos de cáncer de colon y de próstata.

Estudios *in vitro* han mostrado que puede reducir el desarrollo de placas de amiloide, presentes en personas con enfermedad de Alzheimer.

Para mejorar y aumentar la absorción y la biodisponibilidad de la curcumina se administra junto a pimienta (*Piper nigrum* y *Piper longum*).

Externamente, se utiliza como cicatrizante y antiséptico de heridas, y frente a dolores reumáticos y por esguinces.

También se emplea para el tratamiento de la caspa, como colorante para el cabello y estimulante del crecimiento capilar. Para tales fines se usa, principalmente, la decocción del rizoma al 2%, o se realiza una tintura que se elabora con 10 g de rizoma/100 ml de alcohol 60°.



PRECAUCIONES

No administrar en el embarazo, la lactancia ni en niños. No se recomienda en casos de obstrucciones y cálculos biliares, enfermedades hepáticas o úlceras estomacales. Tampoco debe consumirse con ciertos medicamentos (anticoagulantes, antidiabéticos y antiinflamatorios).

CURIOSIDADES

La cúrcuma se emplea como colorante alimentario. Es un componente del "curry"; le aporta su característico color amarillo, aroma intenso y sabor ligeramente amargo.

Curcuma, deriva del árabe "kurkum" en referencia al color amarillo azafrán del rizoma; *longa*, proviene del latín y significa "largo" por el tamaño de sus rizomas.

Colaboración: Farm. Vanesa A. Marega

RECUERDE: el uso de plantas medicinales no debe ser motivo de retraso a la consulta médica. Tampoco debe reemplazar la medicación prescrita por el médico. Cuando consulte al médico, comuníquese si está utilizando hierbas medicinales.

Efemérides

Día Nacional por una Argentina sin Chagas



El Chagas es una enfermedad endémica de América Latina. Según la OPS, se registran 30.000 nuevos casos cada año y, aproximadamente, 9.000 recién nacidos se infectan durante la gestación.

Es una infección causada por un parásito llamado *Trypanosoma cruzi*; se transmite por la picadura de insectos, como la vinchuca, infectados con este parásito. Al picar para alimentarse, la vinchuca defeca sobre la piel de la persona y cuando ésta se rasca, introduce los parásitos (presente en las heces) en la herida de la propia picadura.

Otras vías de transmisión:

- Durante el embarazo: si la embarazada tiene Chagas, puede transmitir el *T. cruzi* al bebé durante la gestación o en el momento del parto.
- Por transfusión de sangre de personas infectadas: por ese motivo, para prevenir la infección, se realiza el análisis de sangre específico a los donantes.

NO se transmite por:

- la leche materna, una persona infectada puede amamantar;
- el contacto físico mediante relaciones sexuales, besos, abrazos o al dar la mano;
- la saliva al compartir el mate u otros alimentos.

3 de cada 10 personas infectadas desarrollan la enfermedad que afecta el corazón, el sistema digestivo (esófago o colon) y/o el sistema nervioso.

La infección se detecta con un análisis de sangre que se realiza, de manera gratuita, en los centros de salud y hospitales del país.



Mitos o falsas creencias

Los mitos o falsas creencias carecen de fundamentos científicos; guiarse de ellos podría ocasionar problemas de salud.

Acerca de primeros auxilios

En la vida cotidiana, en el hogar o en la vía pública, se puede ser testigo de algún incidente o lesión. Es importante saber cómo actuar en situaciones de emergencia para evitar errores.

Existen ciertos mitos que es necesario derribar:



MITO

Si una persona presenta convulsiones se debe colocar un objeto en la boca para evitar que se “trague la lengua”.

INCORRECTO

Ante una quemadura, aplicar pasta dental para refrescar, o rodajas de tomate para hidratar la zona.

INCORRECTO

Si se genera una ampolla por una quemadura hay que reventarla y quitar la piel para acelerar su cicatrización.

INCORRECTO



VERDAD

NO se debe colocar nada en la boca ni sujetar a la persona. Sólo se debe evitar que se lastime: poner debajo de la cabeza algo que le sirva de almohada, alejar todo lo que haya a su alrededor que pueda dañarla.

Sólo colocar la zona afectada en contacto con agua limpia y a temperatura ambiente.

Al pinchar la ampolla, la herida tiene más probabilidades de infectarse y, además, se retrasa el proceso de curación. Por ello, no es conveniente llevar a cabo esa acción.



Los **primeros auxilios** son aquellas medidas inmediatas que se toman en una persona lesionada, inconsciente o súbitamente enferma, en el sitio donde ha ocurrido el incidente (escena) y hasta la llegada de la asistencia sanitaria (servicio de emergencia). Estas medidas que se toman en los primeros momentos son decisivas para la evolución de la víctima (recuperación).

DROGUERÍA

UniFAR



AL SERVICIO DE LOS
FARMACEUTICOS

INGRESÁ A UniFAR

REALIZÁ TU PEDIDO

RECIBILO EN TU FARMACIA

Necesarios para
el hogar, el trabajo
o llevar en el auto



Solicitud de Pedidos - Ingresar en la web de Droguería UniFAR

Consultas de pedidos y envíos: (0342) 410-1069 / 410-1070 - unifar@gestmed.com.ar

Consultas de administración y pago: (0342) 410-1065 - administracion@gestmed.com.ar

ULTRAPURE[®] Beauty

COLÁGENO HIDROLIZADO DE ALTA DENSIDAD

Mejora la calidad de la piel del rostro

Prevención de arrugas

Restablece la turgencia
y elasticidad de la piel

Sin TACC

COENZIMA Q10

VITAMINA E

ÁCIDO HIALURÓNICO



DISTRIBUYE
DROGUERÍA
UniFAR

La página del pediatra

Dr. Raúl Nessier

Había una vez...



¿Quién no recuerda esos momentos de su niñez en que, sentados a los pies de la abuelita o del abuelito, o con mamá o papá al borde de nuestra cama, antes de dormir, nos contaban “un cuento”?... Eran momentos de felicidad plena, nuestra imaginación volaba y entraba en el espacio-tiempo de lo mágico, nos sumergíamos en ese cálido relato del que era difícil salir y, entonces, pedíamos una y otra vez que nos volvieran a contar el mismo cuento!

¿Y si no sólo rescatamos el valor emocional de los cuentos, sino todo lo que significan para nuestros niños y niñas?

Un cuento es un relato corto, generalmente con pocos personajes, que puede estar relacionado con hechos reales o imaginarios; se narra en forma clara y de sencilla comprensión; se emplea desde épocas remotas y se ha transformado en una costumbre transmitida de generación en generación.

Vivimos en plena “era digital”; desde las pantallas se tiene la posibilidad de ver miles de videos en formato de cuentos, de acceder a cuentos interactivos, audios, animaciones; sin embargo, todas ellas no pueden reemplazar el afecto, el amor, la comunicación que sólo dan la presencia real, no virtual, de un abuelito o abuelita o de mamá o papá. El uso indiscriminado de pantallas y la falta de tiempo de los padres y madres, no deberían atentar contra la “magia del cuento”.

Es bueno contar cuentos a los niños y niñas porque:

- son un modo de compartir momentos íntimos de amor, en un ambiente relajado y tranquilo;
- estimulan la creatividad, la imaginación y la memoria;
- desarrollan la capacidad de comunicación, escucha y atención, amplían el vocabulario;
- ayudan a solucionar problemas y expresar emociones;



- afianzan el amor y el hábito por la lectura;
- no sólo divierten y entretienen, sino que sobre todo “educan”;
- transmiten cultura y conocimientos, refuerzan valores, y crean hábitos saludables;
- si son contados antes de dormir, tranquilizan y permiten conciliar un “sueño más calmo”. Pero pueden ser contados a cualquier hora, lo importante es lograr un ambiente tranquilo y distendido.

Algunas recomendaciones:

Elegir historias que estén acordes a la edad de los pequeños y con los temas de su mayor interés.

En lo posible, crear una rutina... “la hora del cuento”.

Conocer de antemano el cuento a narrar, usar diversos tonos de voz y acompañar el relato con gestos.

Ser tolerante si el niño interrumpe una y otra vez el relato, y aceptar con paciencia si pide que lo repita varias veces.

No hace falta tener muchos cuentos, se pueden elaborar en casa con fotos de la familia, recortes de revistas o dibujos hechos con la participación de nuestros hijos. Es decir, no sólo será importante leerles o contarles un cuento, sino inventarlos y confeccionarlos con ellos en forma oral o escrita.



Como decía El Principito: “lo esencial es invisible a los ojos”, lo más importante que podemos dar a nuestros hijos e hijas no se puede comprar, porque lo más precioso es el “tiempo, el amor y la felicidad” de esos momentos compartidos que nunca se olvidarán.

¿Les contamos un cuento?



Esta página quiere estar atenta a las inquietudes de los lectores, por lo que los invita a hacer preguntas o sugerir temas de su interés. Envíenos su propuesta a: raulnessier@hotmail.com



Entretención

ACERTIJOS...

La solución la encontrarás
en la página 18.

A.

SI ME TUMBAS,
SOY TODO. SI ME
CORTAS POR LA
"MITAD", ME QUEDO
EN NADA. ¿QUÉ SOY?

B.

¿CUÁNTOS LADRILLOS
SE NECESITAN
PARA COMPLETAR
UN EDIFICIO
HECHO DE LADRILLOS?

C.

$20+20+20=60$.
¿CÓMO PUEDES OBTENER
60 NUEVAMENTE
USANDO EL MISMO
NÚMERO 3 VECES?

Humor



TALLER DE ENTRENAMIENTO COGNITIVO



Agustina Rebecchi
LIC. EN PSICOLOGÍA - M2236



DOS GRUPOS

Miércoles de 16:00 a 17:30 y de 18:00 a 19:30

para personas mayores

Contacto:

342 538-8066

Av. Galicia 2176 - Casa Sorellina



CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DE SANTA FE
SARMIENTO 3964 - SANTA FE - Cp3000
TEL: 0342-4551301
E-MAIL: coordinacion@circulokinessf.com.ar



CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. GRAL. OBLIGADO
PATRICIO DIEZ 1080 - RECONQUISTA - Cp3560
TE: 03482-428284
E-MAIL: cirkkines@hotmail.com

CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. CASTELLANOS
ALMAFUERTE 78 - RAFAELA - Cp2300
TEL: 03492-437386
E-MAIL: kinesiologos@ciudad.com.ar



**POR INFORMACIÓN SOBRE LUGARES HABILITADOS
(CONSULTORIO, CENTROS Y PISCINAS DE KINESIOLOGÍA),
PROFESIONALES MATRICULADOS Y FORMADOS EN
TERAPIAS ESPECÍFICAS, CONSULTE AL COLEGIO Y/O
CÍRCULOS DE KINESIOLOGOS DE SANTA FE 1ra.
CIRCUNSCRIPCIÓN.**



CÍRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. LAS COLONIAS
AUFRANC 998
ESPERANZA - Cp3080
TEL: 03496-411202
E-MAIL: kinesiologoslascalonias@yahoo.com.ar



CÍRCULO DE PROFESIONALES DE LA REHAB. DPTO.
SAN MARTÍN
Av. Jorge Ortiz 1978 - SAN JORGE - CP 2452
TEL: 03406-442551
E-MAIL: cprsm@hotmail.com - www.cprsm.org.ar

COLEGIO DE KINESIOLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

"Los kinesiólogos son los únicos profesionales matriculados y legalmente habilitados para brindarle un tratamiento adecuado."

Auxiliares en kinesiología, esteticistas, masajistas, masoterapeutas, etc.. No son títulos reconocidos para trabajar en salud. Ante la duda consúltenos, su salud nos importa.

COLEGIO DE KINESIOLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

Av. Rivadavia 2553 Local 73 | CP: 3000 - Santa Fe | TEL: 0342 452-8425
e-mail: info@kinesiologossantafe.com.ar | www.kinesiologossantafe.com.ar

Comidas y dulzuras

INGREDIENTES

- 200 g de avena (NO usar avena de cocción rápida o instantánea)
- 3 bananas maduras
- 2 cucharadas de miel
- 2 cucharadas de aceite

TIPS

Agregar dos cucharadas de chips de chocolate a la mezcla de banana, miel, aceite y avena.



PREPARACIÓN

1. Colocar las bananas en un recipiente y aplastarlas por completo hasta formar un puré. Luego agregar la miel y el aceite. Mezclar todo.
2. Adicionar la avena de a poco e integrarla removiendo la mezcla.
3. Precalentar el horno a 180 °C.
4. Con las manos húmedas formar las galletas y colocarlas sobre una bandeja enmantecada.
5. Cuando estén todas las galletas listas llevarlas al horno y cocinar por 10 minutos o hasta dorar.

C. $55+5=60$

B. Sólo uno:
el último.

A. Un 8. Turnado, es el
símbolo del infinito.
Cortado por la mitad,
dos cerros.

Respuesta del
entretenimiento
de la página 16:

URGENCIAS ODONTOLÓGICAS

Lunes a Viernes 22 a 4 hs.

Sábados A partir de las 14 hs.

Domingos y Feriados las 24 hs.

Atención sin cargo para
los socios del D.O.S.

CIRCULO ODONTOLOGICO SANTAFESINO

EVA PERON (ex Catamarca) 2467 - 3000 SANTA FE

Genacol®

LA EVOLUCIÓN DEL COLÁGENO

EL ÚNICO QUE GARANTIZA
98%
ABSORCIÓN

**AYUDA
A REGENERAR**

CARTÍLAGOS Y LIGAMENTOS

**AYUDA
A REDUCIR**

DOLORES ARTRÍTICOS Y
REUMATOIDES

**AYUDA
A INCREMENTAR**

LA TONICIDAD MUSCULAR

**AYUDA
A MEJORAR**

LA CALIDAD DE LA PIEL
LA CALIDAD DEL SUEÑO
RECUPERACIÓN DESPUÉS
DE UN ACCIDENTE



 Tecnología Canadiense


INNOVAPHARMA
ARGENTINA

 AminoLock
Tecnología Secuencial

DISTRIBUYE
DROGUERÍA
UniFAR



BENEFICIOS ONLINE QUE TE AYUDAN A ESTAR BIEN

www.dsalud.com.ar



% ¡DISFRUTÁ INCREÍBLES OFERTAS EN PRODUCTOS DE PERFUMERÍA!



1. Chequeá
disponibilidad



2. Elegí
tu producto



3. Retíralo en
tu farmacia

NUEVAS PROMOCIONES



HASTA 40% DE DESCUENTO EN LAS MEJORES MARCAS



[beneficiosdsalud](#)



[beneficiosdsalud](#)



[342-5026062](#)

Un producto de: **FEFARA** ASOCIACIÓN

DÍAS DE TURNO DEL MES DE: **AGOSTO**

Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Sello de la Farmacia